المصابين بالأنيميا الحاده
شعوب خانعه



النهارده يومنا مع الأنيميا
و الحقيقه الأنيميا نوعين نوع في الحديد و تجاوزا نوع في الكالسيوم
عشان كده النهارده هو يوم الحديد و الهيموجلوبين
تفتكر لو مخلتكش تعرف تاكل لحوم حمره كل يوم على الأقل 150 جم
ممكن تصحى الصبح تلاقي إيه بعد فتره

.
الحدوته بنقول...
...................في صباح يومٍ ما...
أصبت بدوار شديد
وخفقان في القلب
وصعوبة في التنفس
.
استمر لثواني ثم زال
.
ولكني أهملت الأمر و عزوت ذلك لضغط العمل في هذه الفترة...
.
.
وتكرر الأمر
وإشتد عليّ .. حتى كدت أن أفقد الوعي
.
مما إستدعاني للذهاب للكشف على الفور
قمت بعد الكشف بتحليل نسبة الهيموجلوبين
فإذا بالطبيب يخبرني أن السبب في ذلك هو أنيميا الدم...
.
فنسبة الدم عندي 7 بينما الطبيعي أن تكون من 13-14!!
فهي حالة فقر دم حاد
والأمر يستدعي الرقاد و محاولة رفع نسبة الهيموجلوبين في الدم
عبر المحاليل الطبية الوريدية...
.
لا أخفي عليكم لم أكن أعتقد أن الأمر بهذه الخطورة ...إلا بعد أن أخبرني الطبيب
أنه في هذه الحالة ينقص الدم عن الدماغ
....مما يؤدي إلى الدوخة وفقدان الوعي...

.
وفي الحالات التي يصل فيها الدم إلى 3
لا يصل الدم إلى القلب فيسبب الوفاة
كما في حالات النزف الشديدة...
.
.
.
.
بإختصار شديد فالدم هو (سائل الحياة. (
.
====================================
====================================
.
تفتكروا لو شعب أغلب أفراده بيأنوا من نقص الحديد البشع كده
ممكن يقاوم محتل
أو غاصب
و لا حيكون خانع و مستسلم ... الموضوع مش لعبه و في السياسه ما فيش صدف
.
فقر الدم / الأنيميا - Anemia
هو انخفاض نسبة هيموجلوبين الدم " الذي يحمل الأكسجين لخلايا الجسم " عن المعدل الطبيعي .
.
.
الشخص البالغ (ذكر) السليم / يتراوح الهيموجلوبين عنده ما بين : 13.5-18 جرام / 100 مل.
الشخص البالغ (أنثى) السليمة / يتراوح الهيموجلوبين عندها ما بين : 12-16 جرام / 100 مل.
الطفل الرضيع (ذكر) أو (أنثى)/ يتراوح مابين 14-22جرام /100مل
.
أنيميا / Anemia مصطلح لاتيني مكون من شقين
....
An / emia ....
حيث An بادئة تعني بدون أو بلا...
و الشق Emia يعني دم..
.
الهيموجلوبين
مكون من شقين Heme /Globin :
- حيث Heme هو صبغة حمراء تحتوي على ذرة مفردة من الحديد Iron اللازم للارتباط بذرة مفردة من الأكسجين اللازم لحياة خلايا الجسم المختلفة.
- الجلوبينات هي عائلة من البروتينات الكُريَوية والتي تتميز بان لها المقدرة على تشكيل بنى هندسية فراغية التفافية من حلزون ألفا، تدعى باسم انثناءات أو طيات الجلوبين.
يقوم جلوبين (الصمغ الكائنات بين) بالارتباط مع الهيم من أجل نقل الأكسجين في الدم.
.
الهيموجلوبين محمول على سطح كرات الدم الحمراء.
كل ثانية من الوقت يتم تصنيع أكثر من 2 مليون خلية حمراء التي تنضج و تصبح كرة من كرات الدم الحمراء.
كل كرة من كرات الدم الحمراء تحتوي على 280 مليون جزئ هيموجلوبين.
دورة حياة كرات الدم الحمراء يتراوح مل بين 90- 120 يوم.
نخاع العظام هو المسئول عن تصنيع خلايا الدم الحمراء في الأشخاص البالغين.

أسباب فقر الدم بشكل عام:
•نقص الحديد في الجسم.
•نقص فيتامين ب 12.
•نقص حمض الفوليك.
•نقص هرمون الاريثروبيوتين المنشط للنخاع من اجل زيادة تصنيع خلايا الدم الحمراء.
•النزيف المستمر (في القناة الهضمية بسبب تقرحات أو سرطانات و غيره مثل الطمث أو نزيف الأنف.(
•تكسر خلايا الدم الحمراء لأسباب عدة و منها أسباب مناعية و لوجود بعض أنواع الحساسية لبعض الأدوية.
•أمراض الدم.
•أمراض نخاع العظام.
•سوء التغذية و شرب الكحوليات و التدخين.
•التعرض لبعض أنواع المواد الكيماوية و المحروقات البترولية .و الأشعاع أو يعض أنواع الأرسال الأذاعي

.

.

==
==

Shahinaz Ali
و في نوع ملازم للامراض المزمنة - Aneamia of chronic disease ، لكل من يعانون من التهاب مزمن في اي من اعضاء الجسم.

.

.

Shahinaz Ali
.... الالتهاب بيوقف انتاج الكرات الحمرا من النخاع
.... التهابات العظم
.... غير التهابات الأعصاب
.... غير الأتهابات الناتجه عن بؤره مصابه

==
==

.

.

اللي بيأثر على أنتاج الكريات الديسيز اللي بيستخبي في كريات الدم و يسكن في النخاع
دي اسمها متلازمة حرب الخليج (مشروع ليلى)

.

.

==
==

Shahinaz Ali
مثلا اللي عندهم امراض زي السل كالتهاب زي السكر كمرض مزمن زي امراض القلب و هكذا

.

.

Shahinaz Ali
اللي عندهم اورام او سرطانات كلها تنتج سموم توقف انتاج كريات الدم الحمرا الى جانب انها ممكن تكسرها في الدم او تعمل نزيف.

.

https://www.niddk.nih.gov/health-information/blood-diseases/anemia-inflammation-chronic-disease

National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases
Anemia of Inflammation or Chronic Disease | NIDDK
Overview of anemia of inflammation, also called anemia of chronic disease, a type of anemia that affects people who have conditions that cause inflammation.
===
===

.

.

أعراض و علامات عامة تظهر في حالة فقر الدم:
=========================

- شحوب لون الوجه و الأطراف.
- الدوار (الدوخة)عند تغير وضعية الجسم (عند الجلوس و القيام و الحركة.)
- عدم التركيز و قلة التحصيل العلمي عند الأطفال خصوصاً.
- ضعف النمو الملحوظ عند الأطفال.
- التعب و الإرهاق العام.
- اليرقان (الصفراء) بسبب أنيميا تكسر خلايا الدم الحمراء.
- نعومة و احمرار اللسان بسبب أنيميا فقر أو نقص الحديد.
- احمرار اللسان و جود تقرحات بسبب أنيميا نقص فيتامين ب12.
- تقرح الفم و تشقق اللثة و جوانب الفم بسبب نقص الحديد و فيتامين ب12.
- الصداع و غالباً ما يوجد عند الكبار أكثر من الصغار.

.

.

===
===

Shahinaz Ali
و صعوبة البلع عرض من اعراض انيميا الحديد.

.

.

Shahinaz Ali
في نتوء بيحصل في المريء مع انيميا الحديد

.

https://www.sciencedirect.com/topics/medicine-and-dentistry/esophageal-web

.

.

Shahinaz Ali
كعرض لانيميا نقص الحديد و المريض ممكن يتجه لعمل منظار و قصة كبيرة.
فممكن بس بالتوعية ان صعوبة البلع ممكن يتعالج باقراص حديد او باكل لحوم و خصوصا لمجانين اليومين دول اللي بياكلوا خضار بس و مسميين نفسهم vegans و دول بقوا منتشرين في مصر و العالم العربي نتيجة الحملة المعمولة بان اللحوم و مشتقاتها مسرطنة بسبب الهرمونات اللي فيها

.

.

Shahinaz Ali
مش سرطان
مجرد نسيج المريء يتدلى
النسيج الظهاري و النسيج الضام اللي تحته
فيعملوا نتوء زي عرف الديك

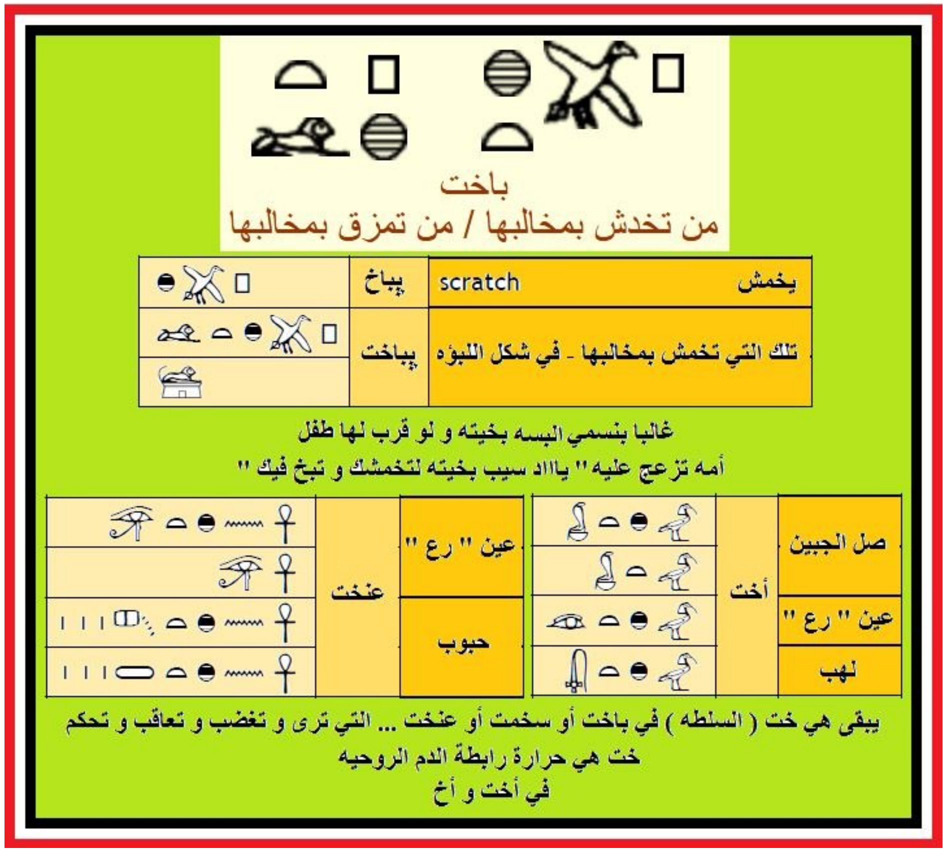
.
.
Shahinaz Ali
كمان للفت الانتباه ان عندنا في مصر اهم سبب لانيميا نقص الحديد هي شرب الشاي اثناء الاكل و بعد الاكل لان ال tannic acid يتحد مع الحديد و يرسبه و يمنع امتصاصه
.
.
==
==
.
.
==

الإريثروبويتين أو مكون (الكريات الحمر - Erythropoietin) هو هرمون بروتيني سكري
تنتجه الكلية بنسبة 85% والكبد بنسبة 15%
في حالات نقص التأكسج وفي غيرها من الحالات
يتحكّم في عملية تكوين كريات الدم الحمراء التي تدعى (المـدْمِيَـة - Erythropoiesis)
إنه السيتوكين الذي يعمل على نمو بوادر الخلايا الحمراء في نخاع العظم.

==
.
.
العلاج:
=====
يا تاخد الحقن الوريديه و تظبط حالك مع طبيب و معمل للتحاليل
و تستمر كده شهور طويله
.
يا تروح على جدي و جدك القدام خالص
و نشوف هلاجهم كان أزاي
عشان حعملكم صدمه رهيبه
.
ليه المستعمر خلاك تبطل
دينك و وكلك ....؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟
.
مفاجأه كامله
من كتاب هلاك البشر أو البقره السماويه
في أسطورة هلاك البشر
.........................رع غضب على الناس لأنهم جدفوا في حقه
.
فبعت عينه القويه الغاضبه " سخمت " في صورة لبؤة كاسرة لتبيدهم
.
.
سخمت عاست بالناس قتلا و تنكيلا و آدمنت شرب دمائهم
.
و من صعوبة المنظر
أرسل رع لتحوت " ته " عشان يبعت الرسل لألفنتين يجيبوا الأهره الحمره (أكسيد الحديد الأحمر) و يمزجوه مع البيره (الشعير المصري المخمر) ... و أن تسكب حتى تملأ الأرصين
.

المصابين بالأنيميا الحاده
شعوب خانعه

أستيقظت سخمت في الصباح لتمارس نشاطها فأعجبها المشهد الدموي المعد
أغترت بنفسها و لهجت تشرب السائل المعد ظنا انه دماء البشر
حتى ثملت
و نسيت المهمه
و هدأت ... فاصبحت " باخت " آي الهادئه
.
.
.
.
ده السر تعالوا نحل شفرته العلاجيه سوا
أولا سخمت هي النتره المعالجه
ز ده مفتاح أن الأسطوره فيها روشتة علاج للنزف الدموي (الأنيميا(
=================
قصة بخيته و الحديد و الأنيميا
==================إذا المركب الكيمياوي بتاع بديل الدم هو " شيلات الحديد " أو المسحوق المخلبي
اللي بنستخدمه دلوقتي لتقوية النبات وإمداده بالحديد
ليه بقى ؟؟؟
حنلاقي الضمير هنا في المخلب...
==
كلمة شيلات Chelat أصلها من اللغة اليونانية وتعني المخلب Claw وبهذه الصيغة يفقد العنصر الغذائي المخلوب خواصه الأيونية مع احتفاظه بالقدرة على الحركة والذوبان وبذلك يكون جاهزاً للامتصاص.
==
.
في الحقيقه كده أحنا بنتكلم عن
....
....................................الأتيلين ثنائي الأمين رباعي أستيك أسيد
....................................الأتيلين ثنائي الأمين ثنائي هيدروكسي فينيل أستيك أسيد
....................................سلفوفينيل أسيك أسيد
....................................الأتيلين ثنائي الأمين ثنائي هيدروكسي ميتيل فينيل أستيك اسيد
....................................ثنائي الأتيلين ثلاثي الأمين خماسي أستيك أسيد
.
و ده مركب قريب قوي من تركيبات حمض الستريك أسيد اللي بيتكون في البيره
و بالتالي يبقى الفياجرا
سترات السيلدنافيلSildenafil citrate
======================المخدر
اللي بتستخدم كمثبط لإنزيم ....(PDE) دواء منقوص الفاهليه و مقصود

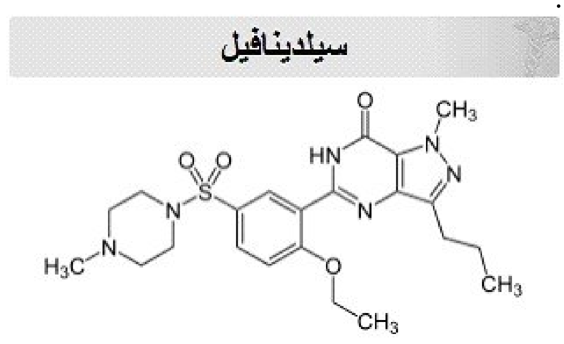


كده الحديد المخلبي بيتكون جوه تخمير البيره المصريه
فاكرين لما أتعلمناها و عرفنا تفاصيلها

.
أضافة أكسيد الحديد فيها حيعمل تلات حاجات
-حيكون الحديد المخلبي القابل للأمتصاص السريع في الثني عشر
-حيكون الإريثروبويتين او هرمون تكوين الكريات الحمراء
-حيكون سترات السيلدنافيل Sildenafil citrate الحديديه

.
و ده معناه أنه مش بيحل الفوسفات الثلاثي و بينقص أكسدة النيتروجين
ده معناه أنه بيعمل وفره متكامله

.



.

و يبقى كل السر في أستخدام اللبن الحامض
في تخمير البيره
معناه أن المصري القديم
.
أستخدام ((((اللبن الحامض((((
.................................في صناعة البيره (تخمر الشعير(
....لأنتاج الكحول الذي سيتفاعل مع أكسيد الحديد الأحمر
و نرجع تاني و نفتكر أن الأمين بيتكون من سكر و كحول
و أن عملية التخمر بتقوم على تحويل النشا لسكر و كحول
يعني الخطوه التانيه من التخمر بتكون أنتاج حمض الستريك و السكر و الكحول
اللي لمت بنصيف لهم أكسيد الحديد الأحمر
بيتحول لسترات السلدوفنيل المخمليه الممزوجه بهرمون الإريثروبويتين
.
لعبة الكيميا الحيويه و العضويه لعبه ربانيه
.
قدمت علاج لصحة الأنسان و فحولته
.
.
.
.
دي أهمية الشعير .... و اصناف النبات مهمه جدا!!!!!!
ناخد بالنا بقى...
.................وجود الكالسيوم يؤثر على أمتصاص الحديد
يعني إيه ؟؟
أملاح الكالسيوم المسماة (كربونات الكالسيوم. (
تضعف امتصاص الحديد إبنسبة ٥٠٪.
الكالسيوم الموجود في الحليب يعوق امتصاص الحديد بحدود ٣٠٪
.
أوعى حد يضحك عليك بسندوتش بورجر عليه جبنه
كما أن وجود فيتامين ج مع الغذاء يساعد أكثر على امتصاص الحديد.
عصير البرتقال
أما المواد التي تعوق امتصاص الحديد بصورة واضحة فهي مركبات الفينولات العديدة الموجودة في بعض النباتات
والتنين الموجود في الشاي والفياتيت الموجود في نخالة القمح
المواد الغذائية مثل الشاي والقمح والسبانخ والعدس والبنجر كلها مواد تؤثر سلبا على امتصاص الحديد
وهناك مواد تؤثر بصورة متوسطة على امتصاص الحديد:
مثل الجزر والقرع والبروكلي والطماطم والزهرة والكرنب والكوسة.
وهناك مواد تساعد على امتصاص الحديد مثل اللحوم الحمراء وعصير البرتقال والليمون وغيرها.
Shahinaz Aliأمجد إسماعيل مهم جدا جدا هذا الجزء.
العيش او ال breadيمنع امتصاص الكالسيوم و الحديد كمان.
لما ناكل لحوم او اجبان او البان بلاش يبقى معهم خبز علشان امتصاصهم يكون سهل.ممكن مع بطاطس مهروسة و بطاطس محمرة لكن بلاش عيش.
القمح منزوع القشره و الرز منزوع القشره آيوه
مدمر زي السكر بالظبط
علينا أ نحسن ترتيب أكلنا
.
مش بيض مع لبن مع لحم

كده كله عكس عكاس
.
و التدخين كمصيبه سوده...
..............................يزيد التدخين من الأحماض الدهنية الموجودة بالدم
..............................يزيد من تخثر الدم
..............................تكوين الهيموجلوبين الكربوني الذي يسبب إنخفاض مقدرة الدم على عملية التبادل الغازي في الرئتين وفي أجهزة الجسم الأخرى.
==================================
==================================
لما ناكل آكلات فيها كالسيوم نراعي...
أن الكالسيوم يتأثر امتصاصه إيجابيا (أي يزيد امتصاصه) بوجود سكر اللاكتوز (الموجود في الحليب) ولذا فإنه ينصح بأن تحتوي فورملا الأطفال على هذا السكر.
كما أن امتصاص الكالسيوم يتأثر إيجابيا بوجود فيتامين (ج) المسمى (حامض الأسكوربيك) وفي المقابل يتأثر امتصاصه سلبيا (يقل امتصاصه) بوجود الفياتيت (مركب يوجد في النباتات(
.
يبقى الصح وجبه للكالسيوم (أفطار(
وجبه للحوم (الغدا(
وجبه للبيض و بقيت فيتامينات به
.
و يكون بينهم 6 ساعات
مثلا...
.
.
.
.
جدي الله يرحمه كان بيقوم الصبح يضرب متردين لبن
و يدخل ياخد الدوش يطلع جعان
يجيبوله البيض من العشش و معاه ميه مغليه فوق سبرتايه و يفقشوا البيض يادوب ينزل على وش الميه المغليه و هي بتبكبك ... هوبا بالمعلقه يزلطها و تختفي يجي تلاتين اربعين بيضه
و يخرج يصلي الفجر
يرجع من الصلاه يخرج و يرجع الضحى يحلف ما حط في حنكه لقمه من قبل الفجر
...مش غلطان يا جدي برافو عليك
Shahinaz Aliموضوع الانيميا و اسبابها مهم جدا الناس تهتم به لان اذا لم تعالج حيحصل فشل للقلب و المريض ممكن حياته تنتهي بسببها.
اعتقد مش فاضل غير الحالات المرضيه زي الخلايا المنجليه و كده
بس ده حيطلعنا بره الموضوعات خلينا مركزين كده
هما أزاي بيخلوا الناس خانعه
فبيدمروا للناس صحتها
الأكل
عادات الأكل
المحاصيل
كده
.
دي حربنا الحقيقيه
محتاجين ناس قويه
.

==
==

Shahinaz Ali
انا اقصد الانيميا بسبب سوء التغذية اللي ممكن علاجها بالتغذية السليمة لكن مقصدش الانيميا انحلال الدم لان علاجها نقل دم و احتياطات معينة حسب كل نوع.
لكن الانيميا الناتجة عن سوء التغذية او النزيف البسيط المستمر مع استمرارها ممكن توصل لفشل القلب و توقفه لا قدر الله

==
==

.
.
أيوه في حالات نزف مخيفه لأغلب ستات مصر و لكل الأعمار

.
و بدل العلاج ولاد الكلب بيخصوا فيقصوا الجهاز ... و يسيبوا الست شبه بني آدم

.
الحبوب بتاعت القمح و الدقيق المحسن
حاجات كتير محتاجه تتراجع
الأكل بالدهون المهدرجه مصيبه و عله
تقريبا كل آكل الشركات منيل و مش مغذي

.
لو نرجع لقديموا حترجع لينا قوتنا
Shahinaz Ali أمجد إسماعيل و كمان العدوى بالديدان الطفيلية و عدم علاجها مشكلة كبيرة هي سبب رئيسي لانيميا نقص الحديد في دول العالم التالت و في استهتار في علاجها.
زيت الترمس و الترمس علاج كويس و أولي لديدان البطن

.
الأفيون رائع في قتل اي ملوث يصيب الجهاز الهضمي حتى لو كوليرا
أمال منعوه ليه...
..................دي قصص طويله